



Jesuitinas
STELLA MARIS

CRITERIOS WEB 2021-2022

ASIGNATURA Y CURSO: EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO 2021-2022

ÍNDICE

1. CONTENIDOS	3
2. CRITERIOS DE EVALUACIÓN - ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE- HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN - PONDERACIÓN	4
2.1. CRITERIOS DE EVALUACION - ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE - HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN – PONDERACIÓN (DOCENCIA PRESENCIAL).....	4
2.2. CRITERIOS DE EVALUACION - ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE - HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN – PONDERACIÓN (CONFINAMIENTO).....	9
3. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	10
3.1. CONVOCATORIA ORDINARIA.....	10
3.2. CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA	11
3.3. EN CASO DE CONFINAMIENTO	11
4. CRITERIOS DE PROMOCIÓN (ESTÁNDARES BÁSICOS)	12

1. CONTENIDOS

BLOQUE 1 *Salud y calidad de vida*

Agrupa los contenidos relacionados con los hábitos de vida saludable (alimentación, actividad física programada y descanso), los estilos de vida activos, prevención de conductas y hábitos perjudiciales para la salud, técnicas básicas de respiración, relajación y alivio de la tensión y del estrés, y el uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación.

BLOQUE 2 *Juegos y deportes*

Agrupa contenidos relativos a la salud física, hábitos de ejercicio físico y de práctica deportiva que inciden en el desarrollo de las capacidades físicas del individuo para la mejora de su calidad de vida en el empleo constructivo del tiempo libre.

BLOQUE 3 *Expresión corporal*

En este bloque se hallan incorporados los contenidos destinados a aprender a expresar y a comunicar mediante el cuerpo, emociones, sentimientos e ideas a través de diferentes técnicas. La orientación lúdica y emocional facilita su utilización como fuente de disfrute y enriquecimiento personal.

BLOQUE 4 *Actividades en el medio natural*

Sus contenidos constituyen una oportunidad para que el alumnado interactúe directamente con un entorno que le es conocido y en el que se desarrolla mediante actividades sencillas y seguras.

BLOQUE 5 *Condición física y motriz*

Es un instrumento adecuado para la mejora de las capacidades que pretende esta materia por su carácter educativo y porque supone actividades que fomentan la colaboración, la participación y el desarrollo de actividades dirigidas hacia la solidaridad, la cooperación y la no discriminación.

2.CRITERIOS DE EVALUACIÓN - ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE- HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN - PONDERACIÓN

2.1. CRITERIOS DE EVALUACION - ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE - HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN – PONDERACIÓN (DOCENCIA PRESENCIAL)

BLOQUE 1 *Salud y calidad de vida*

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PONDERACION	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	2	4.3Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva (CMYCT) 4.4Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física. (CAAA) 4.5Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física. (CCYEC, CAAA) 4.6Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud (CAAA)	Observación directa
6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas	2	6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. CMCT, 6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual CAA., 6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades. CSC.	Rúbricas.
13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva.	1	13.1.Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.CCL	PBL

BLOQUE 2 *Juegos y deportes*

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PONDERACION	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. (CMCT, CAA, CSC, SIEP.)	3	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas respetando las reglas y normas establecidas. 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. 1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Observación directa y rúbricas
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. (CMCT, CAA, CSC, SIEP)	2	3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.	Observación directa y rúbricas

BLOQUE 3 *Expresión corporal*

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PONDERACION	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. (CMCT, CAA, CSC, SIEP.)	3	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas respetando las reglas y normas establecidas. 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. 1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Observación directa y rúbricas

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PONDERACION	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artísticoexpresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.	3	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. (CCYEC, CSYC) 2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. (CCYEC) 2.3 Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. (CCYEC, CSYC)	Rúbricas.
5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.	1	5.1 Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. (CSIYEE, (CAAA) 2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. (CCYEC) 3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. (CMCYT)	Observación directa
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artísticoexpresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones	2	7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. CAA, 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. SleP. 7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. CSC	Observación directa
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de educación Física.	3	9.3 Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. (CAAA, CSYC)	Rúbricas.

BLOQUE 4 *Actividades en el medio natural*

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PONDERACION	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN
5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.	1	5.1 Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. (CSIYEE, (CAAA) 5.2 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. (CCYEC) 5.3 Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. (CMCYT)	Observación directa
8. reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físicodeportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas	2	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. (CSYC) 8.2 Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas (CSYC)	Observación directa
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de educación Física.	3	9.3 Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. (CAAA, CSYC)	Rúbricas.
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.	1	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.(CD)	Rúbricas.
11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	1	11.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando las posibilidades que ofrece el entorno natural y urbano CMCT, 11.3. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida. CAA	Observación directa

BLOQUE 5 *Condición física y motriz*

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PONDERACION	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	3	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. 1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	Rúbricas y hoja de observación sistemática
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.	2	6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. <i>(Hoja de observación sistemática)</i> 6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. <i>(Hoja de observación sistemática)</i>	Rúbricas y hoja de observación sistemática
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	2	7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. <i>(Hoja de observación sistemática)</i> 7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos. <i>(Hoja de observación sistemática)</i>	Hoja de observación sistemática
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. (CMCT, CAA.)	2	4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva 4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física. 4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud	Observación directa

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PONDERACION	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN
5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. (CMCT, CAA.)	2	5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. 5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.	Observación directa

2.2. CRITERIOS DE EVALUACION - ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE - HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN – PONDERACIÓN (CONFINAMIENTO)

En caso de confinamiento, la carga lectiva semanal es de 1h. Se realizarán trabajos de cada unidad didáctica, estos podrán ser escritos, o bien pequeños videos en los que tengan que desarrollar alguno de los temas que se estén trabajando.

4.1 Criterios de evaluación

- Es capaz de autoevaluarse y ver su mejora de forma objetiva
- Elaborar un mensaje de forma Individual, mediante técnicas como el mimo, el gesto, la dramatización o la danza.
- Recopilar actividades, juegos, estiramientos y ejercicios de movilidad articular apropiados para el calentamiento y realizados en clase.
- Identificar los hábitos higiénicos y posturales saludables relacionados con la actividad física y con la vida cotidiana.
- Acepta y respeta las normas de conservación del medio natural
- Es capaz de buscar información útil y precisa sobre los temas tratados en clase

3.CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

3.1. CONVOCATORIA ORDINARIA

La nota final será mediante una evaluación continua de los tres trimestres.

En cada Unidad Didáctica se evaluará mediante un examen tipo rúbrica y un examen de compromiso motor. La rúbrica contará un 30%, el compromiso motor 30% y la observación sistemática 20%. Todas las unidades del trimestre serán evaluadas en un 80% en lengua castellana y un 20% en lengua inglesa. Esa será la nota del trimestre.

Para favorecer el esfuerzo continuado del alumno/a, y fomentar su afán de superación en cada parte del área de conocimiento, deberá aprobar cada una de las partes de la calificación por separado. La asistencia a clase es obligatoria, así como la realización de la práctica.

Los alumnos/as que certifiquen incapacidad temporal o definitiva para la realización de actividad física serán evaluados mediante el seguimiento del cuaderno pedagógico, trabajos teórico-prácticos o controles teóricos. Dependiendo de la incapacidad del alumno/a, deberán colaborar con el profesor/a y sus compañeros/as en el desarrollo de la clase (montaje de materiales, observación de sus compañeros/as, tomar tiempos, etc).

Son requisitos imprescindibles para poder aprobar el área:

- Realizar todos los trabajos y actividades que se manden.
- Obtener, como mínimo, un cuatro en cada unidad didáctica para hacer media, así se evitará el abandono de la unidad.
- Manifestar alguna de las conductas siguientes durante más de tres días por evaluación:
 1. No traer el material deportivo (chándal, zapatillas...).
 2. No realizar las clases prácticas de E.F. sin justificación médica legal o familiar.

La evaluación será modificada si existiera cualquier estado de confinamiento.

3.2. CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA

Respecto a la recuperación se van a dejar una o dos sesiones al final de cada trimestre para que los alumnos/as puedan recuperar las Unidades Didácticas. En cada Unidad Didáctica se especifica cómo es la recuperación. Los que no tengan que recuperar nada podrán jugar al “Trivial Deportivo” en donde se pondrá en práctica diferentes cualidades tanto físicas como coordinativas, integradas en el juego del trivial, adaptado hacia la actividad físico deportiva.

Para que el alumnado interesado quiera recuperar voy a seguir tal protocolo de recuperación:

- Si un alumno/a obtiene menos de un 2 en la Unidad Didáctica tendrá que recuperar mediante un examen teórico.
- Si la nota es entre un 2 y un 4, tendrá que recuperar mediante un trabajo teórico en el que se negociará la recuperación en función de las circunstancias del alumno/a y la Unidad Didáctica. Siguiendo a Bagan (2006). Y si el alumno/a obtiene entre un 4 y un 5 se hará media con la siguiente Unidad Didáctica de forma opcional.

3.3. EN CASO DE CONFINAMIENTO

- En caso de confinamiento, se realizarán trabajos de cada unidad didáctica, estos podrán ser escritos, o bien pequeños videos en los que tengan que desarrollar alguno de los temas que se estén trabajando. Todo se hará por classroom.
- Actividades y pruebas escritas 50%
- Trabajo cooperativo organizado 30%
- Entrega de trabajos 20%

4.CRITERIOS DE PROMOCIÓN (ESTÁNDARES BÁSICOS)

BLOQUE 1 *Salud y calidad de vida*

4.3Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva (CMYCT)

4.4Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física. (CAAA)

4.5Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física. (CCYEC, CAAA)

4.6Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud (CAAA)

BLOQUE 2 *Juegos y deportes*

1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas respetando las reglas y normas establecidas.

1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

BLOQUE 3 *Expresión corporal*

1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas respetando las reglas y normas establecidas.

1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. (CCYEC, CSYC)

2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. (CCYEC)

2.3 Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. (CCYEC, CSYC)

9.3 Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. (CAAA, CSYC)

BLOQUE 4 *Actividades en el medio natural*

9.3 Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. (CAAA, CSYC)

BLOQUE 5 *Condición física y motriz*

1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.

1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.